

## Wat is dry needling?

Dry needling is een behandeltechniek waarbij gebruik gemaakt wordt van acupunctuur naalden. Het wordt 'dry' needling genoemd omdat er geen gebruik wordt gemaakt van naalden met vocht of medicatie.

Dry needling kan door onze therapeuten worden gebruikt als pijn verlichting, door het aanprikken van de zogenaamde 'triggerpoints' Deze triggerpoint zijn een veel voorkomende oorzaak van pijnklachten. Triggerpoints kunnen ontstaan door:

- Zware draaglast zoals een rug- of schouder tas
- Een verkeerde beweging of een ongeval
- Een langdurige gecompenseerde houding
- Langdurige overbelasting fysiek en/of psychisch
- Langdurige afwezigheid van beweging
- Slaaptekort

## Wanneer dry needling?

Veel mensen zijn erg enthousiast over het resultaat van de behandeling. Deze behandelmethode is wetenschappelijk onderzocht, echter staat de effectiviteit hiervan

nog ter discussie. Een behandeling wordt altijd gecombineerd met oefeningen, manuele technieken en adviezen.

Dry needling wordt veel gebruikt bij de behandeling van:

- Een tenniselleboog
- Lage rugklachten
- Nekklachten
- Schouderklachten

## Werkwijze

De fysiotherapeut zal tijdens het eerste bezoek de klacht en hulpvraag in kaart brengen. Vervolgens volgt er een onderzoek. Bij dit onderzoek worden de beweeglijkheid en stabiliteit van de gewrichten onderzocht. Ook worden de spierspanning en spierfunctie beoordeeld. Als er triggerpoints worden gevonden is dry needling een behandeloptie.

Voordat een behandeling wordt gestart zullen alle bevindingen met je worden besproken en wordt een behandelplan gemaakt.



Dry needling kan niet bij iedereen toegepast worden. Het niet toegestaan indien er sprake is van:

- Zwangerschap
- Gebruik van medicatie die invloed heeft op bloedstolling of problemen met de bloedstolling
- Infecties

## Hygiëne

FysioExperts hecht grote waarden aan hygiënisch werken. We gebruiken steriele naalden en zo nodig handschoenen tijdens de behandeling.

triggerpoint

naald

pijn

hygiëne

stijfheid

## Toestemming

Voor dat een behandeling start leggen we uit wat je kunt verwachten van de behandeling. Uiteraard informeren wij je ook over eventuele risico's die bij uitzondering voorkomen:

- Blauwe plek
- Spierpijn gevoel
- Slaperigheid en sufheid

Om er zeker van te zijn dat je alle informatie hebt ontvangen en begrepen, vragen wij je een toestemmingsverklaring te ondertekenen.

## Kosten

Dry needling wordt vergoed vanuit de aanvullende verzekering. Raadpleeg hiervoor de polisvoorwaarden van je aanvullende verzekering.

Voor aanmelding met een chronische indicatie is een verwijzing van een (huis) arts verplicht.

## Aanmelding

Aanmelden kan zonder verwijzing van een (huis)arts aanmelden. Dit kan op onderstaande telefoonnummers maar ook via de website.

Telefoon: 079 - 343 52 40  
E-mail: info@fysioexperts.nl  
Website: www.fysioexperts.nl

Onze locaties zijn:

**Locatie Noordhove**  
Sullivanlijn 21  
2728 BR Zoetermeer

**Locatie de Oosterheem**  
Oosterheemplein 231  
2721 NC Zoetermeer

**Locatie Rokkeveen-Oost**  
Groen-blauwlaan 145  
2718 GH Zoetermeer

**Locatie de Watertoren**  
Nathaliegang 63  
2719 CP Zoetermeer

Versie 2.0 | februari 2024

FysioExperts is een onderdeel van



## Dry needling

I Gericht pijn behandelen



**FysioExperts**

| consult | therapie | training